



glüchgwicht.ch
pilates | yoga | und mee

Übersicht Aus-und Weiterbildungen:

2021	Yoga Nidra Teacher Training 45H, Calmly/Yoga Moves
2020-2021	In Ausbildung zur holistischen Gesundheits-&Ernährungsberaterin, Akademie der Naturheilkunde
2020	Rückbildungspilates, art of Motion Karin Gurtner
2019	200H Yoga Teacher Training, Yoga Moves (Yoga Alliance Diplom)
2018-2020	Anatomy Trains in Motion, Slings Essentials 1,2,3 bei art of motion Karin Gurtner
2018	Schwangerschaftsyoga, Karolina Schmid
2017	Pilates Flow Advanced, neuzeitliches Pilates art of motion Karin Gurtner
2016	Pilates und Kleingeräte und taktiles Instruieren, art of motion Karin Gurtner
2015/2014	Pilates Essential und Pilates Flow, art of motion Karin Gurtner
2013	Pilates for Runners and Bikers, herzig&latscha Fitness
2010-2015	Chi Yoga Basis, Level 1,2,3,4 &5, Body and Mind Spirit Lucia Nirmala Schmid
2008	Pilates Creative Matwork, Klubschule Migros
2007	Pilates Kleingeräte, SAFS
2006	Power Yoga Ausbildung, Karolina Schmid
2006/2007	Ernährungstrainer und Ernährungscoach, SAFS
2004	Pilates Mat Class Weiterbildung, SAFS
2003	Pilates Mat Class Ausbildung, Karolina Schmid
2001/2003	Fitnesstrainerin, Workout Trainerin (Hantel- und Zugapparat), Rückentrainerin, SAFS



gleichgewicht.ch

pilates | yoga | und mee